7.011 Bravčové stehno debrecínske
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové stehno	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00	9,00	9,00
párky debrecínske			0,80	0,76	0,90	0,85	1,00	0,95
šunka strojová	0,50	0,50						
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
múka hladká	0,30	0,30	0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50
cibuľa	0,60	0,51	0,80	0,68	1,00	0,85	1,20	1,02
rajčiaky	0,50	0,45	0,80	0,72	1,00	0,90	1,50	1,35
paprika červená mletá	0,05	0,05	0,05	0,05	0,08	0,08	0,10	0,10
soľ	0,05	0,05	0,10	0,10	0,15	0,15	0,15	0,15
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	86		102		128		144	
hmotnosť mäsa v g	36		42		48		54	
hmotnosť šťavy v g	50		60		80		90	

Receptúra

Výrobný postup

Bravčové stehno umyjeme vcelku, osušíme, nakrájame na kusy s hmotnosťou cca l kg, osolíme, pozdĺž vlákien urobíme otvory, ktoré naplníme ošúpanými párkami (pre MŠ šunkou) a zaistime kovovou ihlou. Mäso opečieme na časti oleja. Na zvyšnej časti oleja opražíme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme červenú mletú papriku, mleté čierne korenie, zvyšok pokrájaných párkov (šunky), olúpané a umyté pokrájané rajčiaky. Vložíme opečené mäso, podlejeme vodou, prikryjeme a dusíme do mäkka. Mäso vyberieme, odstránime ihlu, pokrájame na porcie. Do šťavy pridáme nasucho opraženú múku, ktorú rozriedime vodou a 20 minút varíme.
Príloha: zemiaky, dusená ryža, zeleninové šaláty.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	666	160	11,13	11,4	1,8	3,0	0,3	14,4	1,2	0,013	0,3	0,1	1,7	4,2
B	896	215	13,2	16,1	3,1	4,2	0,4	19,1	1,6	0,02	0,3	0,1	2,6	5,0

			0							0				
C	1065	256	15,05	19,7	4,3	4,5	0,5	23,2	1,8	0,025	0,3	0,2	3,2	5,7
D	1254	301	17,04	23,3	5,5	5,7	0,7	27,4	2,1	0,037	0,4	0,2	4,5	6,5